



Public Health
Agency

COVID-19

الحصبة
الأعراض والعلاج

الحصبة مرض فيروسي شديد العدوى
يمكن أن يكون مزعجًا جدًا وأحيانًا
يؤدي إلى مضاعفات خطيرة.
والتطعيم ضد الحصبة والنكاف
والحصبة الألمانية (الحميراء) فعال
للغاية في الحماية من الإصابة بالحصبة
(وكذلك النكاف والحصبة الألمانية).

ويمكن أن تصيب الحصبة أي شخص
إذا لم يحصل على التطعيم أو لم
يصب بها من قبل، بيد أنها أكثر شيوعًا
بين الأطفال الصغار.

وعادةً ما يُشفى المريض في غضون 7 إلى
10 أيام.

أعراض الحصبة

تظهر الأعراض الأولية للحصبة خلال 10 أيام، ولكن قد تقصر المدة إلى 7 أيام أو تطول إلى 21 يومًا بعد الإصابة بالعدوى. والتي يمكن أن تشتمل على:

- أعراض مشابهة للبرد، مثل سيلان الأنف والعطس والسعال؛

- التهاب واحمرار العينين اللتين قد تتسمان بالحساسية للضوء؛

- ارتفاع في درجة الحرارة (حُمى)، والتي قد تصل إلى حوالي 40° مئوية (104° فهرنهايت)؛

- بقع صغيرة بيضاء مائلة للون الرمادي على الخدين من الداخل.

وبعد بضعة أيام، يظهر طفح جلدي على شكل بقع كبيرة بلون أحمر بني. وعادةً ما يبدأ بالرأس أو أعلى العنق، قبل أن ينتشر باتجاه بقية الجسم.

متى تذهب للطبيب العام

ينبغي أن تتصل بالطبيب (الممارس) العام (GP) في أقرب وقت ممكن إذا كنت تشبه في إصابتك أو إصابة طفلك بالحصبة.

وينبغي أن تتصل بالهاتف قبل ذهابك إذ قد يتعين على عيادة الطبيب العام إجراء ترتيبات للحد من خطر انتشار العدوى إلى أشخاص آخرين.

هل الحصبة خطيرة؟

الحصبة مرض يتسبب فيه فيروس شديد العدوى يؤدي إلى الإصابة بالطفح الجلدي والحمى الشديدة. ويمكن أن تشكل خطورة أيضًا.

يمكن للحصبة أن تكون مزعجة، ولكن عادة ما يُشفى المريض في غضون 7 إلى 10 أيام دون التسبب أي مشكلات إضافية. وسيتعين على الطفل المصاب بالحصبة ملازمة الفراش حوالي خمسة أيام وقد ينقطع عن المدرسة عشرة أيام. ومن المرجح أن يصاب البالغون بالحصبة فترة أطول.

ولكن، يمكن للحصبة أن تشكل خطورة كبيرة بمضاعفات تهدد الحياة لدى بعض الأشخاص. وحوالي واحد من كل 15 طفلاً مصاباً بالحصبة سوف يصاب بمضاعفات أكثر خطورة. والتي يمكن أن تشمل عدوى الأذن والصدر، النوبات، والإسهال، والتهاب الدماغ (مرض يصيب المخ) وتلف الدماغ. الحصبة يمكن أن تقتل.

يقوم الجسم عند الإصابة بالحصبة بتكوين المقاومة (المناعة) للفيروس ومن غير المحتمل جدًا أن يصاب الشخص بالحصبة مرة أخرى.

كيف تنتقل الحصبة

تحتوي ملايين القطيرات الدقيقة (الرذاذ) التي تخرج من الأنف والفم عندما يسعل أو يعطس الشخص المصاب على فيروس الحصبة.

ومن السهل الإصابة بالحصبة عن طريق تنفس هذا الرذاذ، أو إذا استقر على سطح فلمس هذا السطح ثم وضع اليدين بالقرب من أنفك أو فمك. ويمكن للفيروس أن يعيش على الأسطح بضع ساعات.

والأشخاص المصابون بالحصبة ينقلون العدوى بدءاً من ظهور الأعراض إلى أربعة أيام تقريباً بعد أول ظهور للطفح الجلدي.

كيف يمكن الوقاية من الحصبة

يمكن الوقاية من الحصبة بالحصول على التطعيم ضد الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية.

ويتم تلقي هذا التطعيم على جرعتين ضمن برنامج تطعيمات الأطفال. ويأخذ الطفل أول جرعة بعد عيد ميلاده الأول مباشرةً والجرعة الثانية بعمر 3 سنوات و 4 شهور، قبل أن يبدأ الطفل في الذهاب للمدرسة.

ويمكن للبالغين والأطفال الأكبر سناً تلقي التطعيم في أي عمر إذا لم يكونوا قد حصلوا على تطعيماتهم الكاملة من قبل. ويجب أن تطلب من الطبيب العام المتابع لحالتك الحصول على التطعيم.

معالجة الحصبة

ليس هناك علاج محدد للحصبة، ولكن عادة ما تتحسن الحالة خلال 7 إلى 10 أيام. ومن المحتمل أن يقترح طبيبك العام أن تستريح في المنزل حتى تتحسن حالتك.

لا تذهب إلى العمل أو المدرسة أربعة أيام على الأقل عندما يظهر الطفح الجلدي الذي تسببه الحصبة لأول مرة للحد من خطر انتشار العدوى.

ينبغي كذلك أن تحاول تجنب الاتصال بالأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالعدوى، كالأطفال الصغار والنساء الحوامل والأشخاص الذين لديهم جهاز مناعة ضعيف.

تخفيف الأعراض

إذا كانت الحصبة تسبب لك أو لطفلك شعورًا بعدم الراحة فثمة أشياء معينة يمكنك القيام بها لمعالجتها بينما تنتظر أن يحارب الجسم الفيروس.

مكافحة الحمى وتسكين الألم

يمكن استخدام باراسيتامول أو إيبوبروفين لتخفيض درجة الحرارة المرتفعة (الحمى) وتسكين أي أوجاع أو آلام إذا كان طفلك يشعر بعدم الراحة.

ويمكن استخدام شراب باراسيتامول للأطفال في حالة الأطفال الصغار. وينبغي عدم إعطاء الأسبرين للأطفال الذين يقل عمرهم عن 16 عامًا.

تحدث إلى الصيدلي الذي تتعامل معه إذا كنت غير متأكد ما الأدوية المناسبة لطفلك.

تناول السوائل بكثرة.

إذا كان طفلك يعاني من ارتفاع في درجة الحرارة فاحرص أن يتناول السوائل بكثرة لأنه قد يكون معرضًا لخطر الإصابة بالجفاف.

والمحافظة على الإماهة قد يساعد كذلك في تخفيف الشعور بعدم الارتياح الذي يسببه السعال.

معالجة ألم العينين

يمكنك تنظيف أي قشور من جفون ورموش طفلك برفق بقطن طبي منقوع في الماء.

ويمكن أن يساعد غلق الستائر أو تخفيض الإضاءة إذا كان الضوء الساطع يؤلم عينيه.

معالجة الأعراض المشابهة للبرد

إذا كان لدى طفلك أعراض مشابهة للبرد مثل سيلان الأنف والسعال، فهناك عدة أمور يمكنك القيام بها لمساعدته كي يشعر براحة أكبر. فعلى سبيل المثال، يمكنك وضع منشفة مبللة على دفاية دافئة لترطيب الهواء، مما قد يساعد في تخفيف سعال طفلك.

وتناول مشروبات دافئة، خاصة التي تحتوي على الليمون أو عسل النحل، قد يساعد أيضًا في استرخاء مجرى الهواء (القصبه الهوائية) وتفكيك المخاط وتهدئة السعال. وينبغي عدم إعطاء عسل النحل للأطفال الذين يقل عمرهم عن 12 شهرًا.

الانتباه لعلامات المرض الخطير

إذا كنت أو كان طفلك مصابًا بالحصبة فينبغي أن تنتبه لأي علامات على وجود مضاعفات خطيرة يمكن أن تحدث أحيانًا. وتشمل العلامات على وجود مشكلة أكثر خطورة:

- ضيق التنفس؛
 - الألم الحاد في الصدر يزداد مع التنفس؛
 - خروج دم أثناء السعال؛
 - النعاس؛
 - الارتباك؛
 - النوبات (التقلصات).
- يجب أن تذهب إلى قسم الطوارئ أو تتصل بالرقم 999 لطلب سيارة إسعاف إذا ظهر عليك أو على طفلك أي من هذه الأعراض.





Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

www.nidirect.gov.uk

Find us on:



YouTube

أصل هذه النشرة معلومات من إعداد هيئة المملكة المتحدة للأمن الصحي، وتستخدم بموجب الترخيص الحكومي المفتوح v3.0

لمزيد من المعلومات، اتصل بعيادة الطبيب العام (GP)

في منطقتك، أو تفضل بزيارة: www.nhs.uk/mmr